

● OBJECTIUS

- ENTENDRE LA NATURALITAT DE L'ESCALADA I LES DEMANDES DE LES SEUES DISCIPLINES.
- ESTAR ACTUALITZAT EN LES ÚLTIMES TROBALLES D'ESTUDIS CIENTÍFICS PER A L'ESCALADA.
- ENTENDRE LES BASES DE L'ESTUDI DE L'ESCALADA PER A ORIENTAR UNA PLANIFICACIÓ.
- SER CAPAÇ DE PLANIFICAR UN ENTRENAMENT DE NIVELL MÍTJA SOBRE LA BASE DE LES DEMANDES DE L'ESCALADA I NECESSITATS DE L'ESPORTISTA.

● CONTINGUTS

- L'ESCALADA: LA SEUA NATURALITAT I SISTEMA DE GRADUACIÓ.
- UNA VISIÓ GENERAL DE LES DEMANDES FÍSQUES DE L'ESCALADA.
- L'ENTRENAMENT DEL FÍSIC EN L'ESCALADA I.
- LA PLANIFICACIÓ DE L'ENTRENAMENT.

● REQUISITS MÍNIMS

- NO ES NECESSITA EXPERIÈNCIA PRÈVIA

● RÀTIOS

- MÍNIM 1/3.
- MÀXIM 1/10.

● LA QUOTA D'INSCRIPCIÓ INCLOU

SERÀ OBLIGATÒRIA L'ASSISTÈNCIA AL 100% DEL CURS

INCLOU: EXPEDICIÓ DE CERTIFICAT I PROFESSORAT.

NO INCLOU: LLOGUER DE MATERIAL, ALLOTJAMENT I EXTRES.

